



Esszenciális tremor: fontos információk betegek részére

MI AZ ESSZENCIÁLIS TREMOR?

Esszenciális tremor (ET) a leggyakoribb mozgászavar. Úgy is hívják, hogy jóindulatú esszenciális tremor vagy családi tremor, örökletes tremor. A betegek a kezek, a fej, a hang vagy más testrészek akaratlan remegését (tremorát) tapasztalják. A betegség általában felnőtt korban kezdődik és az életkor előrehaladásával fokozatosan rosszabbodhat. A remegés leginkább akkor szembetűnő, ha a kezek előrenyújtott helyzetben vannak, vagy finommozgások közben, mint például csészét kézben tartva, kanál használata során vagy írás közben. A remegés általában megszűnik, amikor a kéz/kar ellazult, nyugalmi helyzetbe kerül, például a térdre fektetve. A stressz gyakran fokozza a remegést, átmenetileg.

MI OKOZZA A BETEGSÉGET?

Az ET oka nem ismert, de a betegek több mint felének van olyan családtagja, akinek szintén tremora van. A kutatók még nem találták meg az ET-ért felelős gént vagy géneket. Azoknál a betegeknél, akiknél a családban halmozódik az ET, a tünetek általában fiatalabb korban jelentkeznek. A kutatók szerint az ET az agy működészavarából adódik, de a betegekről készült agyi képalkotó vizsgálatok nem mutatnak kóros eltérést. Nincs diagnosztikus teszt ET-ban. Az orvos azonban a vér tesztelésével kizárhat olyan eltéréseket, mint például a pajzsmirigy betegség, melyek fokozhatják a tremort. Néhány gyógyszer is fokozhatja a remegést.

LÉTEZIK-E KEZELÉS?

Van hatásos kezelés a tremor csökkentésére, de a betegséget nem lehet meggyógyítani. Súlyllyal ellátott csészék, konyhai eszközök, sőt, kisebb csuklóra erősített súlyok alkalmazása is segíthet néhány beteg esetében. A gyógyszeres kezelés a betegek tüneteit javíthatja. A gyógyszerek hatékonysága egyénileg nagyon változó, ezért több készítmény kipróbálására is szükséges lehet.

Az alábbi gyógyszerek lehetnek hatásosak:

- béta-blokkolók, például propranolol
- antiepileptikumok, például primidone, gabapentin, topiramate, clonazepam

használatát, illetve ellenjavallhat tremort fokozó gyógyszereket. A betegek egy csoportjának a botulinum toxin injekciók is segítséget jelenthetnek.

A botulinum toxint közvetlenül a remegést okozó izmokba lehet adagolni, ezzel az izom átmeneti elgyengülését lehet kiváltani, és csökken a tremor. Az injekciós kezelést évi 2-4 alkalommal szükséges ismételni, leghatékonyabb a fej vagy hang tremor kezelésére.

Bár a gyógyszeres kezelés a betegek egy részénél segít, és ez az első választandó terápiás lehetőség; súlyos tremor esetén mérlegelni kell az idegsebészeti beavatkozást. Neurológus tudja kiválasztani Önnek a legmegfelelőbb terápiát.

Az idegsebészeti beavatkozások több típusa is szóba jöhet:

- Thalamotomia: olyan idegsebészeti eljárás, mely során az agy egyik részét, a thalamus-t roncsolják
- Mély agyi stimuláció (deep brain stimulation, DBS): egy másik típusú thalamus műtét, mely során egy vékony kábelt (elektrodot) implantálnak a thalamus-ba, majd azt a mellkas bőre alá ültetett, pacemaker-rel kötik össze
- Egyéb idegsebészeti beavatkozások

AZ ESSZENCIÁLIS TREMOR A PARKINSON-KÓR EGYIK VÁLTOZATA?

Nem. Az ET körülbelül tízszer olyan gyakori, mint a Parkinson-kór (PK). Ellentétben az ET-ral, PK esetén a kézremegés nyugalmi helyzetben a legszembetűnőbb, és nem akaratlagos mozgások közben. ET-ban nem észlelhetők a Parkinson-kórban típusos további tünetek, mint a mozgás meglassultsága, járási nehezítettség és egyéb eltérések.

MIRE SZÁMÍTSAK, HA ESSZENCIÁLIS TREMORRAL ÉLEK?

Az ET nem rövidíti meg a várható élettartamot. A tremor az idő előrehaladtával fokozódhat, azonban lassan, típusosan évek alatt. Előbb-utóbb a betegek egy része korlátozottá válik az írásban, étkezésben és ivásban, mások előtt zavarba jöhet a remegés miatt. Az enyhe tremor egyáltalán nem igényel kezelést; a kezelés korai elkezdése pedig nem állítja meg, és nem lassítja a betegség előrehaladását. A kezelés elkezdését akkor kell megfontolni, ha a remegés zavarja a mindennapi tevékenységek elvégzését, problémát okoz.